

### Motivation in schwierigen Lebenslagen – 5 unterschätzte Hebel für mehr Lernfreude im Sprachunterricht

8. Cornelsen DaF/DaZ Online-Konferenz 28.02.2026

Referentin: Réka Licht

#### 1. Ausgangssituation

Viele Teilnehmende in Integrations- und Sprachkursen lernen unter herausfordernden Bedingungen:

- Sprachbarrieren
- Arbeitsmarktprobleme
- Rechtliche Unsicherheit
- Soziale Isolation
- Psychosoziale Belastungen
- Informations- und Orientierungsbarrieren

Diese Lebenslagen beeinflussen Motivation, Konzentration und Lernbereitschaft unmittelbar.

#### 2. Was ist Motivation?

Motivation ist ...

- Motor und Antrieb für Verhalten
- Grundvoraussetzung für erfolgreiches, nachhaltiges Lernen
- kein Charakterzug, sondern ein dynamischer Zustand

Lernpsychologische Perspektive (Rheinberg & Vollmeyer): Motivation entsteht, wenn Lernen als

- sinnvoll
- bewältigbar
- persönlich bedeutsam erlebt wird.

#### 3. Wann lernen Menschen motiviert?

Motivation entsteht, wenn ...

- Lernende sich sicher fühlen (klare Struktur, fehlerfreundliches Klima)
- sie Sinn erkennen (Relevanz für Alltag und Beruf)
- sie sich kompetent erleben (machbare Aufgaben, sichtbare Fortschritte)
- sie Autonomiespielraum haben (Wahlmöglichkeiten)
- sie Fortschritt wahrnehmen (qualitatives Feedback)

Zentrale theoretische Grundlagen:

- Selbstbestimmungstheorie (Deci & Ryan)
- Erwartungs-Wert-Theorie (Eccles & Wigfield)
- Selbstwirksamkeit (Bandura)
- Motivation (Rheinberg & Vollmeyer)

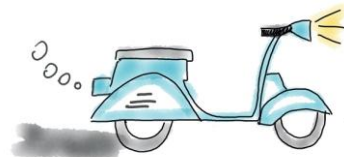


Illustration: Réka Licht

### Motivation fördern – 5 Hebel

#### **Hebel 1 – Autonomie ermöglichen**

Motivation steigt, wenn Lernende Entscheidungsfreiheit erleben.

Konkrete Umsetzung:

- Wahl zwischen Aufgaben (A oder B) / Sprechen oder Schreiben? / allein oder zu zweit? / Lernpartner:in selbst wählen / Lernzeit statt Aufgabenmenge vorgeben

#### **Hebel 2 – Nutzen transparent machen**

Motivation steigt, wenn Lernende den Wert einer Aufgabe erkennen.

Praxisbeispiele:

- Aufgaben aus Behördenalltag
- Arztgespräch simulieren
- Gespräch mit Kita / Schule vorbereiten
- Berufliche Situationen trainieren

Wichtig: Explizit benennen, wofür das nützlich ist.

#### **Hebel 3 – Struktur und Orientierung bieten**

Unser Gehirn liebt Ordnung.

Nichts demotiviert stärker als „nicht mehr mitzukommen“.

Konkrete Maßnahmen:

- klare Phasenstruktur
- kurze, verständliche Arbeitsaufträge
- Orientierung geben:
  - Wo sind wir?
  - Was haben wir geschafft?
  - Was kommt noch?



Illustration: Réka Licht

Qualitatives Feedback statt allgemeiner Lobformeln: Nicht nur: „Super!“, Sondern, z.B.: „Ein schöner Satz. Sehr klar formuliert. Zwei neue Wörter korrekt verwendet.“

#### **Hebel 4 – Entlastung statt Druck**

Stress bindet Aufmerksamkeit und Arbeitsgedächtnis. Motivation sinkt selbst bei hohem Lernwillen.

Mögliche Maßnahmen:

- Think–Pair–Share
- Antworten sammeln statt Einzelbewertung
- Lernmenge bewusst reduzieren
- Aufgaben nach Zeit statt Menge definieren

#### **Hebel 5 – Einstellung und Erwartung**

Unsere Erwartungen beeinflussen Wahrnehmung, Verhalten und Leistung.

Pygmalion-Effekt: Positive Erwartungen stärken Selbstbild und Leistung.

Reflexionsimpulse („Hattie-Check“):

1. Wie wertschätzend bin ich den Lernenden begegnet?
2. Habe ich allen zugetraut, die Lernziele zu erreichen?
3. Hat mein Unterricht tatsächlich Lernen ausgelöst?

Last but not least...: Sorgen Sie gut für sich selbst! „Happy teachers, happy students!“ 😊



Für Fragen oder Anregungen zum Thema erreichen Sie mich unter: [reka.licht@deutschtutor.com](mailto:reka.licht@deutschtutor.com)



Infos zu weiteren Fortbildungen unter: [www.deutschtutor.com](http://www.deutschtutor.com)

### Weiterführende Literatur & Quellen

#### Theoretische Grundlagen:

- Bandura, Albert (1997): *Self-Efficacy*. New York: Freeman
- Brandstätter; Schüler; Puca; Lozo (2018): *Motivation und Emotion*. Springer.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1993): *Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik*. Zeitschrift für Pädagogik, 39(2), 223–238.
- *Expectancy-Value Theory*. The Cambridge Handbook of Motivation and Learning, pp. 617 – 644, Cambridge University Press, 2019.
- Hattie, J. (2008): *Visible Learning*. Taylor & Francis.
- Hattie (Aut.); Zierer (Bearb.); Beywl (Bearb.) (2019): *Lernen sichtbar machen für Lehrpersonen*, Schneider Verlag.
- Rheinberg, F., & Vollmeyer, R. (2018): *Motivation*. Kohlhammer.
- Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias (2002): *Das Konzept der Selbstwirksamkeit*. In: Schwarzer, Ralf (Hrsg.): *Selbstwirksamkeit und Gesundheitsverhalten*. Hogrefe.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (Eds.) (2002): *Development of Achievement Motivation*. Academic Press

#### Integration & Lebenslagen:

- Forschungsbericht des BAMF/SOEP/IAB. (2016). Geflüchtete Menschen in Deutschland: Lebenslagen und Integration:
- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2024). New approaches to labour market integration of migrants and refugees.
- Deutsches Zentrum für Integrations- und Migrationsforschung (DeZIM)
- Haindorfer, R. (2024). The integration resources of refugees and life satisfaction. Journal Article
- SVR-Studie. (2018). How might integration succeed? Asylum seekers' perspectives.



Via Canva